



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 90 г.о.Самара для возрастной категории с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 18.10.2023

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП" Для *А.И. Авришкина*

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
100	<i>Биточки "Школьные" с соусом томатным.</i>	ккал-150, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-10	
170	<i>Вермишель отварная с маслом и икрой кабачковой.</i>	ккал-213, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-34	
200	<i>Чай со смородиной</i>	ккал-39, Углеводы-10	
30	<i>Хлеб пшеничный..</i>	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
500	Итого за Завтрак	ккал-494, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-72	75-00
<u>Обед</u>			
250/1	<i>Суп картофельный с горохом и зеленью.</i>	ккал-131, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-18	
100	<i>Рыба тушёная в томате с овощами</i>	ккал-133, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-3	
150	<i>Рис отварной с маслом</i>	ккал-203, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-36	
200	<i>Компот из сухофруктов.</i>	ккал-72, Углеводы-18	
60	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	<i>Хлеб ржаной.</i>	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
791	Итого за Обед	ккал-787, Белки-29, Жиры-19, Углеводы-125	96-00
<u>Полдник</u>			
100	<i>Крендель Сахарный.</i>	ккал-292, Белки-7, Жиры-2, Углеводы-61	
200	<i>Молоко кипячёное</i>	ккал-116, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-9	
300	Итого за Полдник	ккал-408, Белки-13, Жиры-8, Углеводы-70	45-00
<u>Витаминизация</u>			
200	<i>Морс вишнёвый Школьный</i>	ккал-66, Углеводы-16	
200	Итого за Витаминизация	ккал-66, Углеводы-16	18-01

Зав. производством

Е.Е. Макарова

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Т.Ф. Шацкова

Шацкова Т.Ф.

ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 90 г.о.Самара для возрастной категории с 10 лет и старше
 Меню дневного рациона на 18.10.2023

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "Комбинат школьного питания" *Г.И. Аврицкий*

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара *М.А. Мерзлякова*



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
100	<i>Биточки "Школьные" с соусом томатным.</i>	ккал-150, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-10	
210	<i>Вермишель отварная с маслом и икрой кабачковой</i>	ккал-260, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-37	
200	<i>Чай со смородиной</i>	ккал-39, Углеводы-10	
40	<i>Хлеб пшеничный.</i>	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	
550	Итого за Завтрак	ккал-570, Белки-18, Жиры-20, Углеводы-81	75-00
Обед			
250/1	<i>Суп картофельный с горохом и зеленью.</i>	ккал-131, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-18	
100	<i>Рыба тушёная в томате с овощами</i>	ккал-133, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-3	
180	<i>Рис отварной с маслом.</i>	ккал-215, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-35	
200	<i>Компот из сухофруктов.</i>	ккал-72, Углеводы-18	
60	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	<i>Хлеб ржаной.</i>	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
821	Итого за Обед	ккал-799, Белки-29, Жиры-21, Углеводы-124	96-00

Зав. производством *Макарова Е.Е.*

Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор *Шацкова Т.Ф.*

Шацкова Т.Ф.